



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
3803	Dżem porzeczkowy	60 g	01111	Pomidorowa z makaronem got. (g)		1320	Kiełbasa śląska	60 g
13233	Bagietka, herbata, mr (porcja)			Konc.pomidor.30%	20 g	3628	Pomidory	50 g
	Bagietka	1 sz		Śmietana	20 g	17011	Herbata, chleb, mr (porcja)	
	Masło roślinne	10 g		Kości	50 g		Herbata	2 g
	Herbata	2 g		Makaron wstążka	30 g		Cukier	20 g
	Cukier	20 g		Marchew	50 g		Chleb krojony	100 g
01073	Manna na mleku got. (porcja)			Pietruszka	20 g		Masło roślinne	10 g
	Mleko	300 g		Selery	20 g			
	Kasza manna	30 g		Mąka pszenna	10 g			
				Sól	10 g			
				Jarzynka	2 g			
			06028	Kotlet drobiowy smażony (g)				
				Filet kurczaka	80 g			
				Jaja	0,1 s			
				Bułka tarta	20 g			
				Olej jadalny	20 g			
				Mąka pszenna	10 g			
			09141	Ziemniaki got. (g)				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09160	Surówka z marchewki i pora (porcja)				
				Marchew	120 g			
				Śmietana 18%	20 g			
				Majonez	20 g			
				Cukier	5 g			
				Pory	80 g			
			13220	Kompot z jabłek got. (porcja)				
				Jablka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna:		692 [kcal]	Wartość kaloryczna:		1191 [kcal]	Wartość kaloryczna:		527 [kcal]
Wartość zestawu:		_____ [zł]	Wartość zestawu:		_____ [zł]	Wartość zestawu:		_____ [zł]

Wartość Energetyczna		Tłuszcze	Kwasy Tłuszcz. Nasycone	Węglowodany	Cukry	Białka	Sól	Sód	Błonnik	Cholesterol
[kJ]	[kcal]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[mg]	[g]	[mg]
10084	2410	62,66	16,86	369,66	107,08	63,11	14,06	1261,00	46,75	394,80

POSILEK	Występujące Alergeny
Śniadanie	Mleko Gluten
Obiad	Jajka Mleko Seler Gluten
Kolacja	Gorzycza Jajka Mleko Seler Soja Gluten